

蝴蝶斑

西工区徐女士：我的一个朋友今年30岁，还没有生过孩子。去年夏天开始，她的鼻子两侧出现了晒斑，现在变成了蝴蝶斑，朋友为此很烦恼。谁有祛除蝴蝶斑的好办法请帮忙。

月子病

梁先生：我爱人今年37岁，今年6月生的小孩，属于高龄产妇。她在坐月子时不太注意，以致留下了一些月子病，现在小腿、胳膊、关节处经常会出现疼痛症状。如何才能治疗月子病？

痛经

涧西区李女士：我女儿今年18岁。她痛经很厉害，每次月经来时，都疼得下不了床。她曾尝试过一些办法，但是都未见效。今年女儿要到外地去上大学，这个情况让我很担心。哪位市民有治疗痛经的偏方，请及时告知。

肘关节发痒出血

老城区周女士：我姐姐最近得了一种怪病，手指尖、手掌、肘关节等部位，先是痒，后来又裂口子、出血。请问谁知道这是什么原因引起的，有没有好的治疗方法？

过敏性鼻炎

涧西区刘女士：我患过敏性鼻炎很多年了，尤其是到了秋季，经常打喷嚏、流鼻涕，眼睛和鼻子也会经常发痒。我尝试了很多方法，效果都不显著，请问哪位市民有治疗过敏性鼻炎的好方法？

小儿盗汗

西工区邓先生：孩子6岁了，不知道是什么原因晚上经常盗汗。有人说是缺钙引起的，我给孩子补钙和锌，但都没有效果。我想给孩子找一个治疗盗汗的方法。

咽炎

西工区马女士：我老妈经常觉得咽部难受，干咳、刺痒，一直当咽炎治疗，吃药后症状有所缓解，不吃的又开始难受。求能人赐一偏方。

磨牙

西工区刘女士：我儿子今年19岁，不知从什么时候起，天天晚上睡觉磨牙。磨牙到底是什么原因引起的，谁有治磨牙的妙方？

(记者 朱娜 整理)

《生命周刊》采编人员郑重提醒您：我们归纳整理的单方，仅为提供者个人经验，未经记者验证，如需使用，还应得到医生的指导。

如果您需要我们帮助，可通过以下方式与我们联系：信寄《洛阳晚报·生命周刊》的《健康热线》版；登录洛阳网点击“文字投稿”系统投稿；发E-mail至健康信箱lywb5678@sina.com.cn；拨打健康热线18903886990或百姓一线通66778866。

互动话题

替您寻医

心律失常不一定要吃药



情况仍然得不到改善，可以根据病情进行药物治疗。

我明显感到心跳加快，为何医生却不让我服药？心律失常究竟能否治愈？

市中心医院心脏重症监护室主任王晓阳：心律失常是一种常见的病症，是指心跳的节律、起源部位、传导速度或激动次序的异常。引起心律失常的原因有很多，心律失常分良性的和病理性的。由于生活方式的改变，如熬夜、过度劳累、生活无规律等导致的良性心律失常，多出现在年轻人身上，其表现的症状为心跳加快，有轻微的不适感。此外，感冒发烧、心肌炎等疾病也会引起心律失常。20岁~30岁的女性相对男性来说，发生心律失常的概率较大，这都属于良性的心律失常，不必过于恐慌。

当然，不必过于恐慌不是说不重视，如果仍然按以前的生活方式，有可能会胸闷气短、眩晕甚至猝死。要保证规律生活、充足睡眠、放松精神，同时，还要加强体育锻炼。经过一段时间，心律就可恢复正常。

但是对于器质性疾病引起的心律失常，不应掉以轻心，不要自行用药，最好尽快找专科医生进行确诊，然后再进行有针对性的治疗。

(记者 朱娜 见习记者 马文双)



您在健康或就医方面有什么问题，可来《替您寻医》栏目咨询，我们的记者就将读者提出的问题，向专家进行咨询并及时反馈给读者。为方便医生给出准确的治疗指导建议，请大家务必注明以下信息：性别、年龄、患病时间、既往病史、检查结果、目前或曾用什么药治疗等。我们不怕麻烦，我们等待着您的信息。

我试我秀

绿芝麻叶搓好白癜风

□ 记者 朱娜 见习记者 马文双



白癜风虽然没有给人们身体上带来太大的痛苦，却给人们的心理造成了极大的影响。

王先生患有白癜风很多年了，他的白癜风发生在面部、手部、胳膊上。令他苦恼的是，每次外出都顶着很大的思想压力，总会有人向他投来好奇的目光，弄得他很难堪。春、秋、冬三季还好说，可到了夏季，人们都是一身短打扮，王先生只能穿长袖、戴帽子来掩饰身上的白癜风。即使这样，也会有人觉得他大夏天穿长袖有些怪。王先生为了治

疗白癜风没少费心思，医院去过，偏方试过，似乎效果都不太好。

后来，一个朋友告诉他，绿芝麻叶可以治白癜风。王先生半信半疑，毕竟治了这么多年都没啥效果，难道绿芝麻叶就能治好？抱着试试看的态度，他采用了这个偏方。他没想到半个月后，白癜风真的有所改善。具体方法是：将绿芝麻叶放在白癜风患处，用手反复搓，直到将绿芝麻叶搓烂为止。此方法持续约半个月即可。但是，第二年还要用同样的方法再搓半个月，才能真正好起来。

为您支招

仙人掌赶跑病毒性疱疹

得了疱疹又疼又痒十分难受，有的时候吃药、打针也不管用。涧西区黄女士曾致电本刊反映，她丈夫后腰上出了手掌大小的透明小水泡，最大的有黄豆大小，又痒又疼，还不敢抓。医生诊断为病毒性疱疹，但吃药、打针都不太管用。她丈夫的病情逐渐加重，水泡从他的背后逐渐向腰部两侧扩散，该怎么办？

西工区的朱女士为黄女士支招：小小的

仙人掌就可以治疗病毒性疱疹。

具体的做法是：先用温淡盐水将疱疹创面洗干净，再把新鲜的仙人掌用蒜臼捣碎，捣成泥状，敷在疱疹上。朱女士提醒，仙人掌捣碎前先把刺拔掉，否则会刺激皮肤。仙人掌泥一定要每天更换，连用10天。敷仙人掌泥时，每天还要多饮绿豆水，起到清热解暑的作用。

(记者 朱娜 见习记者 马文双)



天利五行蔬菜汤读报健康知识有奖问答

- 1.“宅在家里”干什么是中国人的三大主流休息项目？
- 2.卫生部出台的《营养改善工作管理办法》正式实施，这是中国出台的第九个营养管理办法？
- 3.调查显示，大约有多少上班族存在一定程度的心理健康问题？
- 4.赶紧结婚有助抗压，为什么？
- 5.营养界有一种说法，外国人用“脑”吃饭，那么中国人是用什么吃饭？
- 6.最影响人寿命的13种习惯是什么？
- 7.常灸足三里，为什么会延年益寿？
- 8.水果应该在什么时候吃，为什么？

您喜欢看《生命周刊》吗？您看后能记住一些健康知识吗？本刊开设了《读报健康知识有奖问答》，您可要认真看报喽。

我们将从本刊上一期刊登的内容里选取几个小问题，每期见报当日打进本刊热线电话（18903886990）并全部回答正确的前10名读者，可入围获得周积分，每月选出月度总积分优胜者，给予一定奖励。

奖品由天利五行蔬菜汤专卖店提供。

领奖电话：61691689。期待您的参与！